

REPTES MOTRIUS SETMANA 1

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Tema	BALLEM A CASA	RELLEUS A CASA	PEDRA, PAPER I TISORES	IOGA	PAPIROFLÈXIA
Què fem?	<p>Adjuntem un vídeo per ballar des de casa.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=10vVaWfDzak</p> <p>També pots posar la teva música preferida i crear els teus propis balls.</p>	<p>COL·LOCA JOGUINES A TERRA. - Les has d'agafar amb els peus, d'una en una i amb el cul a terra sense posar les mans a terra i moure't fins arribar a l'altre punta de l'habitació per posar-les dins una caixa. només pots fer servir els peus, no pots tocar el terra ni les joguines amb les mans!!!</p>	<p>El joc de pedra, paper i tisores amb moviment. Escull amb qui vols jugar i quantes partides voleu fer.</p> <p>Exemple:</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=OjTPGc15pZQ&feature=youtu.be</p> <p>Pedra: assentat a terra Tisores: braços amunt Paper: estirat a terra</p>	<p>Mira el següent vídeo i aprèn a fer postures de ioga gràcies als diferents animals!</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=t8748OWc1nQ</p> <p>Després pots posar música relaxants i fer una classe amb les postures que has après!</p>	<p>Agafa un paper, un tros de revista o de diari i inventa't una figura.</p> <p>Pot tenir forma d'animal, flor, objecte...</p>
Dibuix					